



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Lösel, Joachim

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1429

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 50:04

velocidad: 11.98 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 330 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 299 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 102(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	10:24	5:12	100	3:13	315	4:22	2.00	10:24	5:12	71	2:25	188	4:22
Runde	2.00	9:59	4:59	110	2:39	333	4:02	4.00	20:23	5:05	71	3:07	187	8:24
Runde	2.00	10:01	5:00	108	2:26	311	4:06	6.00	30:24	5:03	70	8:18	186	12:30
Runde	2.00	10:02	5:00	103	2:17	299	4:07	8.00	40:26	5:03	69	10:35	185	16:37
Leichtathletikh	2.00	9:38	4:48	97	2:10	272	3:48	10.00	50:04	5:00	102	12:37	299	20:25